# 4 Cách Kích Thích Tuyến Tiền Liệt Nam Giới Giúp Cải Thiện Sinh Lý

**Xem nhanh nội dung bài viết** [*Ẩn*]


- **1 Kích thích tuyến tiền liệt nam giới là gì?**
- **2 Tuyến tiền liệt của nam giới nằm ở đâu?**
- **3 Chức năng của tuyến tiền liệt**
- **4 4 cách kích thích tuyến tiền liệt nam giới hiệu quả**
  - 4.1 Kích thích dương vật
  - 4.2 Kích thích tuyến tiền liệt nam giới từ hậu môn
  - 4.3 a ngón tay vào hậu môn sâu hơn
  - 4.4 a ngón tay đụng nốt sần tuyến tiền liệt
- **5 Lợi ích của việc mát-xa tuyến tiền liệt**
- **6 Hỗ trợ cải thiện tình trạng rối loạn cương dương**
- **7 Kiểm soát lượng nước tiểu**
- **8 Kích thích tuyến tiền liệt nam giới giúp hạn chế nguy cơ mắc viêm tuyến tiền liệt**
- **9 Giúp nam giới đạt đến cực khoái, tăng cường sinh lý**


**Kích thích tuyến tiền liệt nam** giới không chỉ là biện pháp mát-xa cải thiện sức khỏe sinh lý cho các quý ông, mà còn là bí quyết giúp đấng mày râu đạt đến cực khoái trong lúc quan hệ.

Thông qua bài viết này, Dược sĩ Linh Chi sẽ bật mí cho bạn đọc 4 cách kích thích tuyến tiền liệt nam giới, giúp phái mạnh nhanh chóng lấy lại phong độ "giường chiếu" của mình.

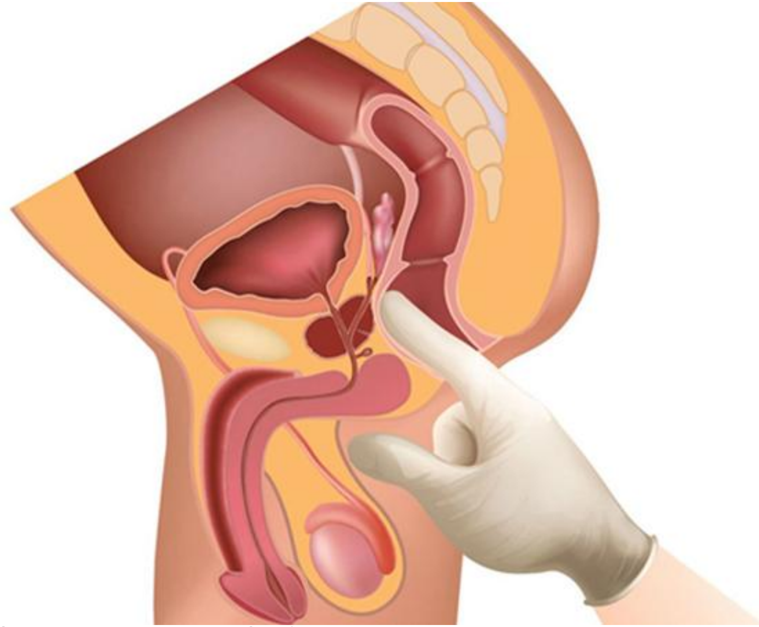
## 1Kích thích tuyến tiền liệt nam giới là gì?

Việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới giúp chạm đến điểm G của họ. Nhiều người cứ lầm tưởng rằng việc điểm cực khoái của nam giới là nằm trên "cậu nhỏ" nhưng thực tế không phải vậy.

Điểm G của quý ông là một hạch nhỏ, có kích thước bằng quả óc chó vừa và nằm ở tuyến tiền liệt.

Đến tuổi thiếu niên, dưới tác dụng của hormone kích thích, tuyến tiền liệt nam giới bắt đầu gia tăng kích cỡ. Nam giới bước vào tuổi trung niên bốn mươi, tuyến tiền liệt sẽ bắt đầu lão hóa. Chất kích thích giảm đi nên kích cỡ tuyến tiền liệt co lại, các tế bào sẽ tăng sinh bất thường, dễ dẫn đến nguy cơ nam giới bị phì đại tuyến tiền liệt.

Nếu nam giới biết giữ gìn sức khỏe, cũng như biết cách kích thích tuyến tiền liệt thì nam giới mãi mãi trẻ trung, sung sức. Ngược lại, nếu không có biện pháp phù hợp thì tuyến tiền liệt sẽ gặp nhiều vấn đề, gây ảnh hưởng đến đời sống hằng ngày.


Việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới giúp chạm đến điểm G của họ.

## 2Tuyến tiền liệt của nam giới nằm ở đâu?

Tuyến tiền liệt là một bộ phận trong hệ thống sinh sản của nam giới, có chức năng sản xuất 20-30% chất dịch có trong tinh dịch và hormone nam giới.

Tuyến tiền liệt của nam giới nằm ở đâu? Cụ thể, tuyến tiền liệt nằm trên hoành chậu hông, phía dưới bàng quang, bao quanh đường niệu đạo sau, sau xương mu, giữa hai cơ nâng hậu môn.

Phía sau tuyến tiền liệt có hai đường dẫn tinh đi xuyên qua hai bên phải và trái. Phía trước được giữ bởi dây chằng mu tiền liệt, phía dưới là hoành niệu dục.

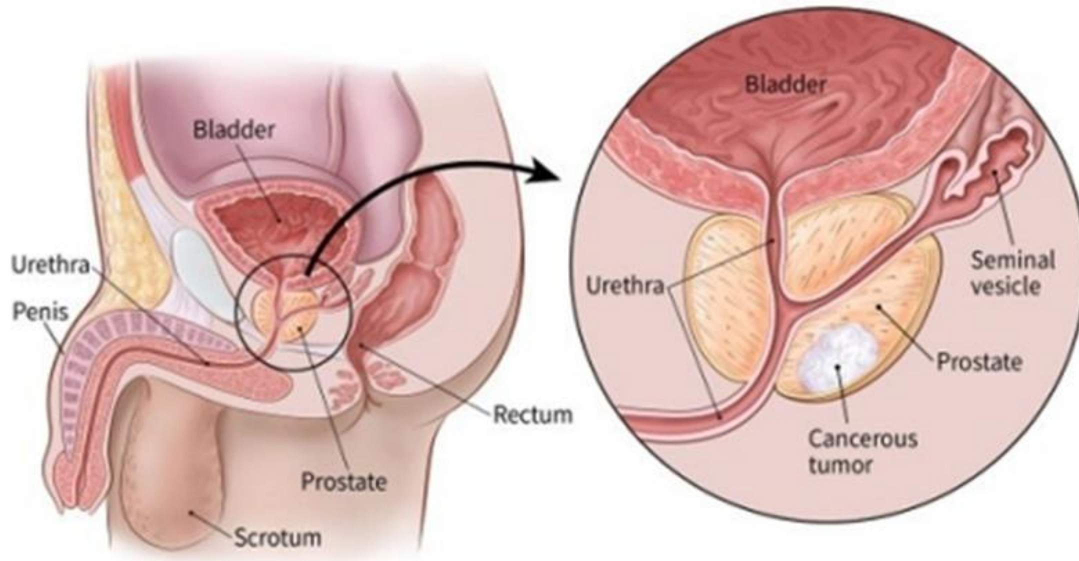
Ở nam giới trưởng thành, hình dạng tuyến tiền liệt cỡ hạt dẻ. Đầu hướng lên trên, phần nhọn hướng xuống dưới. Kích cỡ tiền liệt tuyến chiều ngang tầm 4cm, chiều dài tầm 3cm, độ dày khoảng 2,5 cm và trọng lượng khoảng 15 – 20 gram.

Để xác định vị trí tuyến tiền liệt là thông qua đáy chậu, khu vực hơi thô ráp giữa hậu môn và dái của nam giới. Nếu dùng đốt ngón tay đẩy mạnh để cảm nhận thì có thể sẽ kích thích được điểm nhạy cảm này của nam giới.

## 3Chức năng của tuyến tiền liệt

Tuyến tiền liệt là cơ quan quan trọng của hệ sinh sản. Do đó, bộ phần này sẽ có những chức năng đặc biệt cho sức khỏe nam giới như:

- Tạo ra tinh dịch để nuôi dưỡng tinh trùng: Tuyến tiền liệt kết hợp cùng những tuyến phụ khác sẽ tiết ra chất dịch để hình thành tinh dịch, đồng thời cung cấp năng lượng cho tinh trùng.
- Giúp kiểm soát lượng nước tiểu: Tuyến tiền liệt sẽ kiểm soát dòng nước tiểu, ngăn chặn tình trạng nước tiểu chảy ngược về bàng quang trong lúc nam giới xuất tinh, hạn chế nguy cơ mắc bệnh viêm tuyến tiền liệt.
- Cải thiện phong độ giường chiếu của nam giới.
- Tuyến tiền liệt khỏe mạnh sẽ giúp duy trì cảm giác ham muốn dù nam giới đã bước sang tuổi trung niên.




Tuyến tiền liệt là cơ quan quan trọng của hệ sinh sản. Do đó, bộ phần này có những chức năng đặc biệt với sức khỏe nam giới.

## 44 cách kích thích tuyến tiền liệt nam giới hiệu quả

Việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới hiệu quả nên có sự hỗ trợ từ bác sĩ chuyên khoa. Tuy nhiên, bạn vẫn có thể học các mát-xa tại nhà để mang lại khoái cảm cho mình, đồng thời giúp cải thiện sinh lý hiệu quả.

### 4.1 Kích thích dương vật

Thao tác tự kích thích "cậu nhỏ" sẽ giúp tuyến tiền liệt tăng kích thước và nhờ đó bạn sẽ xác định đúng vị trí điểm G hơn.

Nam giới có thể tự kích thích bằng cách vuốt dương vật để đạt được sự cương cứng như mong muốn. Việc làm này còn được gọi là thủ dâm.

### 4.2 Kích thích tuyến tiền liệt nam giới từ hậu môn

Sử dụng bao tay để xoa chất bôi trơn xung quanh hậu môn. Đưa ngón tay từ từ vào hậu môn cho đến hết đốt ngón tay thứ nhất. Kéo ngón tay ra và bôi thêm chất bôi trơn, lặp lại động tác lúc nãy.

Sử dụng bao tay để xoa chất bôi trơn xung quanh hậu môn. Đưa ngón tay từ từ vào hậu môn cho đến hết đốt ngón tay thứ nhất.

### 4.3 Đưa ngón tay vào hậu môn sâu hơn

Thực hiện như cách trên nhưng lúc này bạn cần phải đút lại ngón tay vào bên trong cho đến đốt thứ hai. Thực hiện lại toàn bộ các bước cho đến khi bạn đút hết đốt ngón tay thứ ba.

Cách này giúp kích thích điểm G ở tuyến tiền liệt nam giới, hỗ trợ cải thiện sinh lý hiệu quả.

### 4.4 Đưa ngón tay đụng nốt sần tuyến tiền liệt

Tương tự như 2 cách trên, tuy nhiên bạn phải đưa ngón tay vào sâu hơn cho đến khi cảm thấy một nốt sần bên trong trực tràng, hướng về phía gốc dương vật. Nốt sần chính là khu vực tuyến tiền liệt. Bạn hãy dùng ngón tay kích thích điểm này.

## 5Lợi ích của việc mát-xa tuyến tiền liệt

Mát-xa điểm G ở tuyến tiền liệt, giúp nam giới đạt đến cực khoái và thăng hoa trong chuyện chăn gối, đồng thời, việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới còn giúp cải thiện một số bệnh lý thường gặp.



Mát-xa điểm G ở tuyến tiền liệt, giúp nam giới đạt đến cực khoái và thăng hoa trong chuyện chăn gối.

## 6Hỗ trợ cải thiện tình trạng rối loạn cương dương

Rối loạn cương dương là tình trạng dương vật không cương cứng lên được hoặc không đủ cương cứng để thực hiện quá trình giao hợp.

Việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới sẽ hỗ trợ phần nào tình trạng này, giúp quý ông có thể kiểm soát được vấn đề cương dương trong lúc quan hệ, đảm bảo cuộc yêu diễn ra viên mãn.

## 7Kiểm soát lượng nước tiểu

Tình trạng tuyến tiền liệt bị sưng có thể ảnh hưởng đến dòng nước tiểu việc kích thích tuyến tiền liệt nam giới sẽ giúp làm giảm sưng ở khu vực này, đồng thời giảm áp lực lên niệu đạo, kiểm soát dòng nước tiểu trở lại bình thường.



Kích thích tuyến tiền liệt nam giới sẽ giúp giảm áp lực lên niệu đạo, kiểm soát dòng nước tiểu trở lại bình thường.

## 8Kích thích tuyến tiền liệt nam giới giúp hạn chế nguy cơ mắc viêm tuyến tiền liệt

Viêm tuyến tiền liệt là tình trạng sưng và nhiễm trùng tuyến tiền liệt, gây ra các triệu chứng như đau buốt "cậu nhỏ" khi đi tiểu, đau vùng hông và xương chậu, tiểu rắt, tiểu buốt,….

Mát-xa tuyến tiền liệt giúp kích thích chức năng tuyến tiền liệt hoạt động trơn tru, giảm nguy cơ mắc bệnh viêm tuyến tiền liệt.

## 9Giúp nam giới đạt đến cực khoái, tăng cường sinh lý

Điểm G của nam giới nằm ở vùng tuyến tiền liệt, việc kích thích tuyến tiền liệt sẽ giúp nam giới đạt đến cực khoái như mong muốn, hỗ trợ tăng cường sinh lý ở nam giới, hoặc cải thiện khả năng "giường chiếu" của các quý ông nhanh chóng.



Điểm G của nam giới nằm ở vùng tuyến tiền liệt, việc kích thích tuyến tiền liệt sẽ giúp nam giới đạt đến cực khoái.

Trên đây là những thông tin về 4 cách kích thích tuyến tiền liệt nam giới giúp cải thiện sinh lý được chia sẻ bởi **Vivita.vn**. Nếu có bất kỳ thắc mắc nào, bạn đọc vui lòng bình luận bên dưới bài viết, chúng tôi sẽ giải đáp giúp bạn.

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/4-cach-kich-thich-tuyen-tien-liet-nam-gioi-giup-cai-thien-sinh-ly.html